

مقدمه

در فطرت انسان فراتر از عشق خدا و انبیاء عشق به دیگر موجودات زمین نیز وجود دارد و زیباترین جلوه های عشق از کانون گرم خانواده منشأ می گیرد. از آنجا که زن و مردی با هم پیوند زناشویی می بندند و جزئی از فطرت انسانی یعنی غریزه جنسی به تکامل می رسد و بدون رفتن به بیراهه در قالبی مطمئن و ایمن مرتفع می شود تا مبنای آرامش گردد و راه انسان را در رسیدن به انسانیت خویش هموار سازد (جهانفر و مولایی نژاد، ۱۳۸۰). یکی از نیازهای عاطفی انسان، ایجاد روابط انسانی است و در این میان ازدواج^۱ به عنوان مهمترین و اصلی ترین عامل ارتباطی میان انسانها معرفی شده است (Lucas, 2003).

فعالیت جنسی^۲، به عنوان یکی از اساسی ترین ابعاد زندگی انسان مطرح است (Ziyayi et al, 2013) و یکی از شاخص های مهم رضایت مندی زوجها از یکدیگر، رضایت جنسی^۳ است (طلایی زاده و بختیارپور، ۲۰۱۶). رضایت جنسی برخاسته از ارزیابی فرد از رابطه جنسی اش است که شامل دریافت فرد از رضای نیازها، برآورده شدن انتظارات خود و همسرش از رابطه و ارزیابی مثبت وی از رابطه جنسی می باشد (Offman and Mattheson, 2005). رضایت جنسی از شاخص های مهم ازدواج موفق، بقاء و سلامت خانواده محسوب می شود و نقش مهمی به عنوان یکی از عوامل اصلی و بنیادی رضایت از رابطه دارد (Pourheydari et al, 2013).

از عوامل قابل بررسی در این پژوهش که ممکن است رضایت جنسی را پیش بینی کند می توان به عواطف خودآگاه^۴ اشاره کرد. احساس شرم^۵ و احساس گناه^۶ به عنوان عواطف خودآگاه در نظر گرفته می شوند که به ((خود)) مرتبط هستند. به منظور احساس این هیجانات افراد باید مجموعه ای استانداردها برای ارزیابی رفتارشان داشته باشند (Zou and Wang, 2009). عواطف خودآگاه، به دو دسته ی مثبت و منفی تقسیم می شوند که عواطف خودآگاه منفی مثل شرم و گناه زمانی برانگیخته می شوند که ارزیابی از رفتار و اقدامات در تضاد با ارزش ها و معیارهای اخلاقی فرد است و از آنجا که ارزیابی های منفی مضر هستند، بنابراین افراد از رفتارهایی که باعث برانگیختن این عواطف خودآگاه منفی می شود، جلوگیری می کنند. تفاوت شرم و گناه در این است که گناه مربوط به ارزیابی رفتار فرد در حالی که شرم مربوط به ارزیابی خود فرد می شود و گناه بیشتر در زمینه ی فردی پدیدار می شود (sprit et al, 2016)؛ عباسی و همکاران ، (۱۳۹۵).

یکی دیگر از عواملی که ممکن است در پیش بینی رضایت جنسی بررسی شود، تنظیم هیجانی^۸ می باشد. توانایی فرد در کنترل هیجاناتش یکی از مهم ترین قابلیت هاست که باید آموخته شود. تنظیم هیجانی به عنوان فرایند آغاز، حفظ، تعدیل

1- Marriage

2- Sexual activity

3- sexual satisfaction

4- Self-Conscious Emotions

5- feeling of shame

6- feeling of guilt

7-Self

8- Emotion regulation

و یا تغییر در بروز، شدت یا آسیب شناسی استمرار احساس درونی و هیجان مرتبط با فرایندهای اجتماعی-روانی، فیزیکی در به انجام رساندن اهداف فرد تعریف می شود (Weems and Pina, 2010). تنظیم هیجان، نوعی راهبرد مقابله‌ای شناختی است که با فرایندهایی که از طریق آن افراد می‌توانند بر اینکه چه هیجانی داشته باشند و چه وقت آنها را ابراز کنند و کنترل داشته باشند، مشخص می‌شود. تنظیم شناختی هیجان، مخزن پاسخ فرد در مواقع مواجهه با عوامل استرس‌زا است و تمام فرایندهای درونی و بیرونی را که مسئول کنترل، ارزیابی و تعدیل واکنش‌های هیجانی است، دربرمی‌گیرد (salehi et al, 2011).

از آنجایی که تحقیقات اندکی به بررسی رابطه رضایت جنسی با سایر متغیرها پرداخته‌اند، هنوز سوالاتی در مورد نقش احساسات خود آگاه (شرم و گناه) و تنظیم هیجانی در تبیین میزان رضایت جنسی موجود است. با توجه به مسائل فوق که در بالا شرح آن گذشت مسأله پژوهش به این صورت بیان می‌شود که آیا بر اساس عواطف خود آگاه و تنظیم هیجانی می‌توان رضایت جنسی را در زوجین دانشجو پیش بینی کرد؟

سلامت فیزیکی و عاطفی و بهداشت روانی افراد در جامعه وثبات و پایداری خانواده در گرو سلامت روابط زناشویی و روابط جنسی و در نهایت تداوم و بقای ازدواج می‌باشد. اهمیت و ضرورت این پژوهش از آن جایی می‌باشد که نیکلز (۱۹۸۸) در مرحله جفت گیری و ازدواج یکی از مهم ترین وظایف ارتباطی زوجین را تعهد و فعالیت جنسی می‌داند و آن را اینگونه معنی می‌کند: اینکه همسران به چه میزان و چگونه رابطه زناشویی شان را ارج می‌نهند و چه میزان به حفظ و تداوم این رابطه تعلق خاطر دارند، به گفته نیکلز تعهد و ثبات هیجانی در ایجاد ثبات و موفقیت در یک ازدواج نقش اساسی دارد (Nickels, 1988؛ حسینی، ۱۳۸۹). بر اساس نتایج گزارشات در ایران، بسیاری از زوجین از عدم رضایت در روابط جنسی رنج می‌برند و ۵۰ تا ۶۰ درصد طلاق‌ها و ۴۰ درصد از خیانت‌ها و معاشرت‌های پنهانی نیز به همین دلیل است (هنرپروران و همکاران، ۲۰۱۰). به عبارتی، رضایت جنسی به عنوان یکی از نیازهای فیزیولوژیک، باعث سلامت انسان می‌شود و در صورت نبود آن، فشارهای جسمانی و روانی ناشی از آن باعث اختلال در سلامت فرد شده، توانمندی‌ها و خلاقیت وی را کاهش می‌دهد و استحکام روابط زناشویی را به خطر می‌اندازد (Rahmani et al, 2010).

براین اساس هرگونه رابطه‌ای بدون فعالیت و رضایت جنسی، سطحی و بدون سمت و سو خواهد بود. لذا تا زمانی که زوجین رضایت جنسی را که امری مهم است جدی نگیرند نمی‌توانند به ساختار زندگی زناشویی سالم برسند. و همچنین با توجه به اینکه در مراکز مشاوره‌ای کشورمان اهمیتی به جنبه‌های روانی زوجین داده نمی‌شود و همچنین زوجین آگاهی‌های جنسی نسبتاً پایینی دارند باید به پژوهش‌های انجام شده و مطالعات دقیق‌تر جهت شناسایی عواملی که باعث می‌شود زوجین به ازدواج خود پایدار باشند پردازند. هم چنین پژوهش‌های خیلی کمی در رابطه با رضایت جنسی براساس عواطف خود آگاه و تنظیم هیجانی انجام شده است. آشکار است که نتایج این تحقیق می‌تواند از نظر علمی راه‌گشای شناخت جامع‌تر عوامل مؤثر بر رضایت جنسی در جامعه مورد نظر باشد و راه کارهای عملی سازنده تری برای

جلوگیری از عدم رضایت جنسی زوجین پیشنهاد نماید از نظر علمی هم محققان این حوزه می توانند با شناخت عوامل مؤثر بر رضایت جنسی و بررسی تأثیر آنها بر روی رضایت زناشویی وارد جزئیات شخصی تر این حوزه شوند و با تحقیق های بیشتر در این رابطه به نتایج ارزشمندتری دست خواهند یافت.

ایکرت^۱ (۲۰۱۷) تحقیقی تحت عنوان بررسی صمیمیت، انرژی روانی (لیبیدو)، نشانه های افسردگی و رضایت زناشویی در زوج ها پس از زایمان انجام داد. نتایج حاکی از آن بود که مردان انرژی روانی بالاتری را نسبت به زنان نشان دادند. در حالی که میزان انرژی روانی رابطه مثبتی با رضایت زناشویی در هر دو جنس داشت، صمیمیت هیجانی بالا می تواند تأثیر منفی انرژی روانی پایین را بر رضایت زناشویی کم کند. بردن و همکاران (۲۰۱۷) تحقیقی را تحت عنوان پیش بینی رضایت زناشویی در ابتدای رابطه زناشویی و تغییرات بعدی در صمیمیت هیجانی در طی ۲۵ سال مطالعه طولی انجام دادند. نمونه (۱۴۴) نفر از دانشجویان بود که در ۵ مرحله از یک دوره ۲۵ ساله، مشخص شد که سطوح بالاتر صمیمیت هیجانی اولیه و تغییر در صمیمیت هیجانی در طول ۸ سال اول، رضایت زناشویی را پیش بینی می کند. به طور میانگین، زنان صمیمیت هیجانی بالاتری را نسبت به مردان در مرحله اول گزارش کردند، نه تغییر در وضعیت زناشویی و نه جنسیت رابطه میان صمیمیت هیجانی به رضایت زناشویی رادر مرحله پنجم تعدیل نکرد. پژوهش برمن و همکاران (۲۰۱۴) که با هدف بررسی ارتباط رابطه جنسی و عواطف خودآگاه انجام دادند نشان دادند که تعدادی از زنان، احساسات درونی منفی مانند شرم و کاهش احساس ارزش و انزجار را در رابطه ی جنسی خود ابراز داشتند و از فقدان یک احساس مثبت خاص و اعتماد به نفس شکایت کردند. یو و همکاران (۲۰۱۴) که با هدف بررسی تأثیر رضایت زناشویی بر کیفیت و رضایت جنسی انجام شد. نتایج نشان داد که رضایت زناشویی بر کیفیت و میزان سلامت روان رضایت از زندگی، میزان احساس تنهایی و میزان لذت جنسی افراد تأثیر دارد. یعقوبی (۱۳۹۶) که با هدف بررسی رابطه تنظیم هیجانی و تعهد در زندگی زناشویی با عملکرد جنسی زوجین مراجعه کننده به مرکز اورژانس اجتماعی شهر کرمانشاه انجام شد. نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که بین تنظیم هیجانی با عملکرد جنسی زوجین رابطه مثبت معنی داری وجود دارد. بین تعهد در زندگی زناشویی با عملکرد جنسی زوجین رابطه مثبت معنی داری وجود دارد. متغیرهای تعهد در زندگی زناشویی در زمینه تعهد نسبت به همسر، احساس تعهد، تعهد به ازدواج، عوامل شناختی هیجان در زمینه توجه مجدد به برنامه ریزی به ترتیب پیش بینی کنند عملکرد جنسی زوجین می باشند. در پژوهشی از عبداللهی و همکاران (۱۳۹۶) تحت عنوان بررسی رابطه ی بین بدکارکردی جنسی و عواطف خودآگاه که بر روی یک نمونه ی ۱۸۶ نفری دانشجوی زن متاهل دانشگاه شهر اهواز انجام شد. نتایج نشان داد که بین احساس شرم با بدکاری جنسی رابطه ی مثبت معنادار و بین احساس گناه با بدکاری جنسی رابطه ی منفی معناداری وجود دارد. در پژوهشی از بشارت و همکاران (۱۳۹۵) تحت عنوان پیش بینی سطوح رضایت جنسی و سازگاری زناشویی بر اساس متغیرهای شغلی و تعهد و صمیمیت و دانش و نگرش جنسی که بر روی ۱۰۰ نفر از کارمندان شرکت نفت صورت گرفت نتایج پژوهش نشان داد که بین رضایت زناشویی با متغیرهای شغلی رابطه معناداری وجود ندارد اما تعهد و صمیمیت و دانش و نگرش جنسی با رضایت جنسی و سازگاری زناشویی رابطه

^۱-Eckert

مثبت داشتند. امیدی فر و همکاران (۱۳۹۵) در پژوهشی که با هدف بررسی رابطه بین خودتنظیمی هیجانی با دلزدگی و صمیمیت زناشویی در میان زوجین یکی و هردو شاغل انجام شد نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که میانگین راهبردهای تنظیم هیجان، دلزدگی زناشویی و صمیمیت زناشویی در دو گروه زوجین یکی و هردو شاغل دارای تفاوت معنی داری است، بدین صورت که زوجین هردو شاغل از راهبردهای مثبت تنظیم هیجان و صمیمیت زناشویی کمتر و راهبردهای منفی تنظیم هیجان و دلزدگی زناشویی بالاتری نسبت به زوجین یکی شاغل برخوردار می باشند.

همچنین بین راهبردهای تنظیم هیجان و دلزدگی زناشویی، راهبردهای تنظیم هیجان و صمیمیت زناشویی و نیز صمیمیت زناشویی و دلزدگی رابطه معنی دار وجود دارد. پژوهش عزیز یی بروجنی و همکاران (۱۳۹۵) که با هدف بررسی مقایسه تنظیم هیجانی و رضایت زناشویی زوجین بارور و نابارور اصفهان انجام شد. نمونه این پژوهش شامل یک گروه ۲۰۰ نفر از این زوجین بود. نتایج این تحقیق نشان داد که بین زوجین بارور و نابارور در مولفه رضایت زناشویی تفاوت معناداری ندارد ولی تنظیم شناختی هیجان بین زوجین بارور با نابارور تفاوت معناداری دارد، چنانکه زوجین نابارور تنظیم شناختی هیجان پایین تری نسبت به زوجین بارور دارند. لذا ضرورت دارد که برای زوجهای نابارور مداخله هایی از نوع آموزش تنظیم شناختی صورت گیرد تا بهتر بتوانند از هیجانات منفی ناشی از ناباروری و مشکلات مربوط به آن پیشگیری کنند. پژوهش پرواز و همکاران (۱۳۹۳) که با هدف بررسی رابطه مستقیمی بین احساس گناه و اسناد درونی منفی انجام شد نتایج این پژوهش نشان می دهند، که بعد درونی منفی در تبیین تغییرات هیجان گناه تأثیر گذار نیست.

اهداف پژوهش

اهداف کلی

پیش بینی رضایت جنسی بر اساس عواطف خودآگاه و تنظیم هیجانی در زوجی

اهداف جزئی

پیش بینی رضایت جنسی بر اساس عواطف خودآگاه در زوجین

پیش بینی رضایت جنسی بر اساس تنظیم هیجانی در زوجین

سؤالات پژوهش

سؤال اصلی

آیا عواطف خودآگاه و تنظیم هیجانی می توانند رضایت جنسی را در زوجین پیش بینی کنند؟

سؤال فرعی

آیا عواطف خودآگاه می تواند رضایت جنسی را در زوجین پیش بینی کند؟

آیا تنظیم هیجانی می تواند رضایت جنسی را در زوجین پیش بینی کند؟

روش تحقیق

با توجه به اینکه هدف پژوهش حاضر پیش بینی رضایت جنسی بر اساس عواطف خودآگاه و تنظیم هیجانی در زوجین می باشد. این پژوهش از نظر نحوه جمع آوری داده‌ها در گروه پژوهش های توصیفی و از نوع همبستگی قرار دارد. جهت انجام پژوهش و بررسی فرضیه‌ها از روش پژوهشی همبستگی استفاده شد. جامعه آماری این پژوهش شامل دانشجویان زن و مرد متأهل ساکن شهر شیراز در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ هستند. که تعداد نمونه مورد نظر براساس سه پرسشنامه که یکی از پرسشنامه‌ها شش مؤلفه ای ست دو پرسشنامه دیگر تک مؤلفه ای و جمعاً هشت مؤلفه که برای هر مؤلفه ۲۰ نفر در نظر گرفته شده است. به این صورت که ۲۰ را ضربدر هر مؤلفه می کنیم که در نهایت ۱۶۰ نفر از دانشجویان دانشگاه پردیس در این پژوهش به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب می شوند. روش نمونه گیری در دسترس به این صورت که افراد جامعه براساس راحتی نسبی دسترسی به آنها در این پژوهش مورد بررسی قرار می گیرند.

ابزارهای اندازه گیری

پرسشنامه رضایت جنسی

این پرسشنامه در سال (۱۹۸۱) توسط هودسون-هریسون و کروسکاپ برای ارزیابی سطوح رضایت جنسی زوجین ساخته شد. این مقیاس دارای ۲۵ سوال می باشد و جزء پرسشنامه‌های خودگزارش دهی محسوب می شود به عنوان مثال. "من احساس می کنم که زندگی جنسی ام فاقد کیفیت است یا همسر من نمی تواند از لحاظ جنسی مرا ارضا کند.

نمره گذاری

پاسخ آزمودنی به هر ماده آزمون در سطح یک مقیاس ۷ درجه ای بین ۰ تا ۶ مشخص می شود و در مجموع نمره آزمودنی‌ها در کل تست بین ۰ تا ۱۵۰ در نوسان است. همچنین پاره‌ای از ماده‌های مقیاس، نمره گذاری معکوس دارد. نمره گذاری معکوس شامل سوالات ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۱۱، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۸، ۲۰، ۲۴ و ۲۵ می باشد. نمره بالا در این مقیاس منعکس کننده رضایت جنسی است. پایایی و روایی این پرسشنامه به وسیله هودسون با آلفای کرونباخ ۰/۸۸ بدست آمد که نشان از اعتبار خوبی می باشد. و در ایران این پرسشنامه به وسیله یآوری کرمانی (۱۳۸۹) بر روی تعدادی از زوجین مورد بررسی قرار گرفت که با ضریب ۰/۸۹ در بدست آمد.

پرسشنامه دشواری در تنظیم هیجان (DERS¹)

مقیاس اولیه دشواری در تنظیم هیجان یک ابزار سنجش ۴۱ آیتی خودگزارش دهی بود که برای ارزیابی دشواری در تنظیم هیجانی از لحاظ عمومی تدوین شده است (Gratz and Roemer, 2004). مقیاس انتظار تعمیم یافته تنظیم

1-Difficulties in Emotion Regulation Scale

هیجانی منفی (NMR^۱; Catanzaro and Mearns, 1990 ، به نقل از Gratz and Roemer, 2004) به عنوان الگویی در تدوین این مقیاس به کار گرفته شده است. به منظور ارزیابی دشواری در تنظیم هیجانات در دوران آشفته‌گی (هنگامی که راهبردهای تنظیم هیجانی لازم و ضروری می‌باشند)، بسیاری از عبارات DERS مشابه NMR با «هنگامی من آشفته هستم» آغاز می‌گردند. گستره پاسخ‌ها در مقیاس لیکرت ۱ تا ۵ قرار می‌گیرد. یک به معنای تقریباً هرگز (۱۰- درصد)، دو به معنای گاهی اوقات (۱۱ تا ۳۵ درصد)، سه به معنای نیمی از مواقع (۳۶ تا ۶۵ درصد)، چهار به معنای اکثر اوقات (۶۶ تا ۹۰ درصد) و پنج به معنای تقریباً همیشه (۹۱ تا ۱۰۰ درصد) می‌باشد. یک آیتم به خاطر همبستگی پایین آن با کل مقیاس و ۴ آیتم به خاطر بار عاملی پایین یا دوگانه روی دو عامل حذف شدند. به این ترتیب از مجموع ۴۱ آیتم ابتدایی مقیاس ۳۶ آیتم باقی ماندند. این مقیاس جنبه‌های مختلف اختلاف در تنظیم هیجانی را می‌سنجد. تحلیل عاملی وجود ۶ عامل عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی، دشواری در انجام رفتار هدفمند، دشواری در کنترل تکانه، فقدان آگاهی هیجانی، دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی، عدم وضوح هیجانی را نشان داد. نشان داده است که این مقیاس از همسانی درونی بالایی، ۰٫۹۳، برخوردار می‌باشد (Gratz and Roemer, 2004). هر شش زیر مقیاس DERS، آلفای کرونباخ بالای ۰٫۸۰ دارند. همچنین DERS دارای همبستگی معناداری با مقیاس NMR و پرسشنامه پذیرش و عمل (Hyde et al, AAQ^۲) دارد (Gratz and Roemer, 2004). در پژوهش امینیان که بر زنان و دختران اهواز پایایی آن با دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف محاسبه شد به ترتیب برابر با ۰/۸۶ و ۰/۸۰ و بیانگر ضریب قابل قبول پرسشنامه تنظیم هیجانی بود. در پژوهش حیدری و اقبال (۱۳۹۰) برای تعیین پایایی پرسشنامه از دو روش الفای کرونباخ و روش تنصیف استفاده شد که به ترتیب برابر با ۰/۹۱ و ۰/۸۵ بود و بیانگر ضرایب پایایی قابل قبول پرسشنامه مذکور بود. سوالات ۷، ۶، ۲، ۱، ۸، ۱۰، ۱۷، ۲۰، ۲۲، ۲۴ و ۳۴ دارای نمره گذاری معکوس می‌باشند. نمرات بالاتر به معنای دشواری بیشتر در تنظیم هیجانی می‌باشند. مقیاس دارای یک نمره کلی از جمع نمرات کلیه سوالات و همچنین ۶ نمره مربوط به زیر مقیاس‌ها می‌باشد.

مؤلفه‌های پرسشنامه

آیتم‌ها	خرده مقیاس‌ها
۱۱-۱۲-۲۱-۲۳-۲۵-۲۹	عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی
۳۳-۲۶-۲۰-۱۸-۱۳	دشواری در انجام رفتار هدفمند
۲۷-۲۴-۱۹-۱۴-۳-۳۳	دشواری در کنترل تکانه
۳۴-۱۷-۱۰-۸-۶-۲	فقدان آگاهی هیجانی
۳۶-۳۵-۳۱-۳۰-۲۸-۲۲-۱۶-۱۵	دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی
۹-۷-۵-۴-۱	عدم وضوح هیجانی

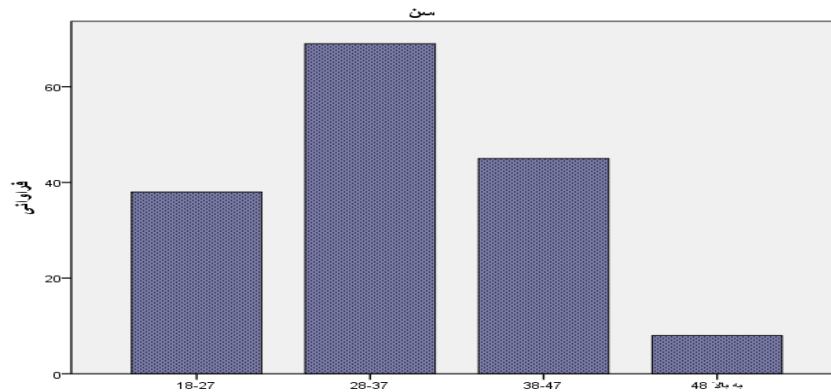
^۱- Negative Mood Regulation expectancy questionnaire(NMR)

^۲-Acceptance and Action Questionnaire

۱۰۰	۱۶۰	جمع
-----	-----	-----

از مجموع ۱۶۰ پاسخگوی دانشجوی دانشجو ۲۳/۸ درصد ۱۸-۲۷ سال، ۴۳/۱ درصد ۲۸-۳۷ سال، ۲۸/۱ درصد ۳۷-۴۷ سال و ۵ درصد ۴۸ سال به بالا هستند.

نمودار ۱: توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب سن

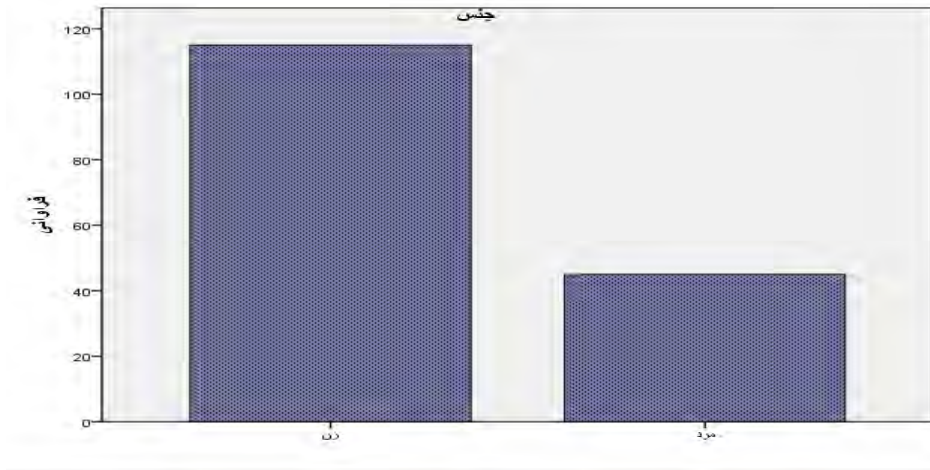


جدول ۲: توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب جنس

جنس پاسخگویان	فراوانی	درصد
زن	۱۱۵	۷۱/۹
مرد	۴۵	۲۸/۱
جمع	۱۶۰	۱۰۰

از مجموع ۱۶۰ پاسخگوی دانشجوی دانشجو ۷۱/۹ درصد زن و ۲۸/۱ درصد مرد هستند.

نمودار ۲: توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب جنس

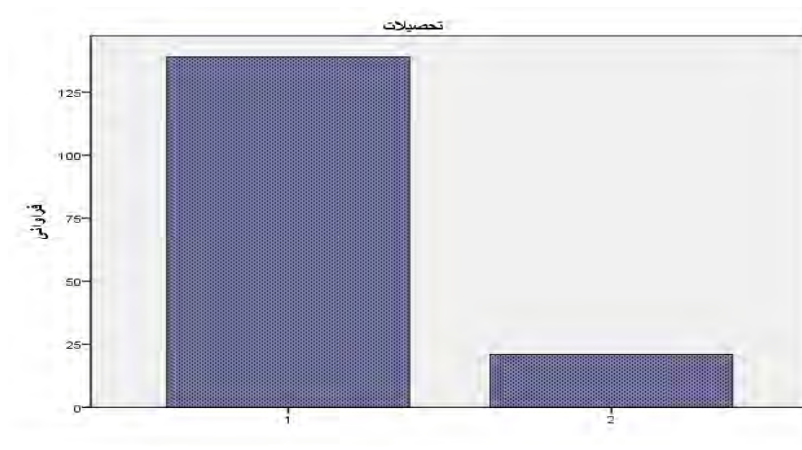


جدول ۳: توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب سطح تحصیلات

درصد	فراوانی	تحصیلات پاسخگویان
۸۶/۹	۱۳۹	کارشناسی
۱۳/۱	۲۱	کارشناسی ارشد
۱۰۰	۱۶۰	جمع

از مجموع ۱۶۰ پاسخگوی ۸۶/۹ درصد کارشناسی ، ۱۳/۱ درصد کارشناسی ارشد هستند.

نمودار ۳: توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب تحصیلات



جدول شماره ۴: توزیع فراوانی پاسخ پاسخگويان بر حسب سن ، جنس و سطح تحصیلات

تحصیلات	جنس	سن	
۱۶۰	۱۶۰	۱۶۰	فراوانی
۱	۱	۱	کمینه
۲	۲	۴	بیشینه
۱/۱۳	۱/۲۸	۲/۱۴	میانگین
۰/۳۳۹	۰/۴۵۱	۰/۸۳۸	انحراف معیار
۰/۱۱۵	۰/۲۰۳	۰/۷۰۲	واریانس
۲/۲۰۵	۰/۹۸۲	۰/۲۴۲	چولگی
۲/۸۹۷	-۱/۰۴۸	-۰/۶۱۹	کشیدگی

جدول ۴ شاخص های توصیفی مربوط به سن ، جنس و تحصیلات آزمودنی ها را نشان می دهد.

جدول شماره ۵: توزیع فراوانی پاسخ پاسخگويان بر حسب پرسشنامه عاطفه خودآگاه (TOSCA)
رضایت جنسی (ISS) و تنظیم هیجان (DERS)

عاطفه خودآگاه	رضایت جنسی (ISS)	تنظیم هیجان (DERS)

		(TOSCA)	
۱۶۰	۱۶۰	۱۶۰	فراوانی
۶۶	۴۹	۹۴	کمینه
۱۴۳	۹۶	۱۵۷	بیشینه
۹۹/۸۷۹۷	۷۱/۲۳۲۷	۱۲۱/۳۰۰۰	میانگین
۱۶/۳۲۴۸۷	۸/۰۹۳۷۵	۱۱/۳۳۷۴۸	انحراف معیار
۲۶۶/۵۰۱	۶۵/۵۰۹	۱۲۸/۵۳۸	واریانس
۰/۲۸۵	۰/۲۸۰	۰/۲۱۷	چولگی
۰/۶۳۴	-۰/۲۷۳	۰/۱۳۰	کشیدگی

جدول ۵ شاخص های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش در آزمودنی ها را نشان می دهد.

آمار استنباطی

سوال پژوهشی اصلی:

آیا عواطف خود آگاه و تنظیم هیجانی می توانند رضایت جنسی را پیش بینی کنند؟

سوالات فرعی:

۱. آیا عواطف خود آگاه می تواند رضایت جنسی را در دانشجویان پیش بینی کند؟

۲. آیا تنظیم هیجانی می تواند رضایت جنسی را در دانشجویان پیش بینی کند؟

تحلیل رگرسیون برای رضایت جنسی بر حسب وارد کردن تنظیم هیجانی

جدول ۶: متغیر مستقل (عواطف خود آگاه) وارد شده در معادله رگرسیون برای پیش بینی رضایت جنسی پاسخگویان دانشجویان

متغیر	R	R ²	F	sigF	Beta	t	sigt
-------	---	----------------	---	------	------	---	------

۰/۰۰۹	۲/۶۶۱	-۰/۱۷۷	۰/۰۰۶	۵/۲۲۳	۰/۰۶۴	۰/۲۵۲	عواطف خودآگاه
-------	-------	--------	-------	-------	-------	-------	---------------

مقدار R شدت همبستگی بین متغیرهای عواطف خودآگاه و تنظیم هیجانی را با رضایت جنسی را نشان می دهد که در جدول بالا ۰/۲۵۲ می باشد. مقدار ضریب رگرسیونی استاندارد شده $Beta$ سهم هر متغیر نسبی هر متغیر مستقل در تبیین تغییرات متغیر وابسته را تعیین می نماید. آماره t حضور هر متغیر مستقل را در مدل نشان می دهد و تاثیر آماری معنی داری متغیرهای وابسته (عواطف خودآگاه و تنظیم هیجانی) بر متغیر وابسته را مشخص می کند و هرچه قدر مطلق مقدار این آماره برای متغیری بزرگتر از عدد ۲/۳۳ باشد و سطح خطای آن کوچکتر از ۰/۰۵ بوده و متغیر مورد نظر تاثیر آماری معنی داری در تبیین تغییرات متغیر وابسته داشته است. با توجه به مقدار $sigF$ چون ۰/۰۰۶ از ۰/۰۵ کوچکتر می باشد نتیجه می گیریم مدل به کاررفته پیش بینی کننده خوبی برای متغیر وابسته (رضایت جنسی) است.

۲. تنظیم هیجانی می تواند رضایت جنسی را در دانشجویان پیش بینی کند.

تحلیل رگرسیون برای رضایت جنسی بر حسب وارد کردن تنظیم هیجانی

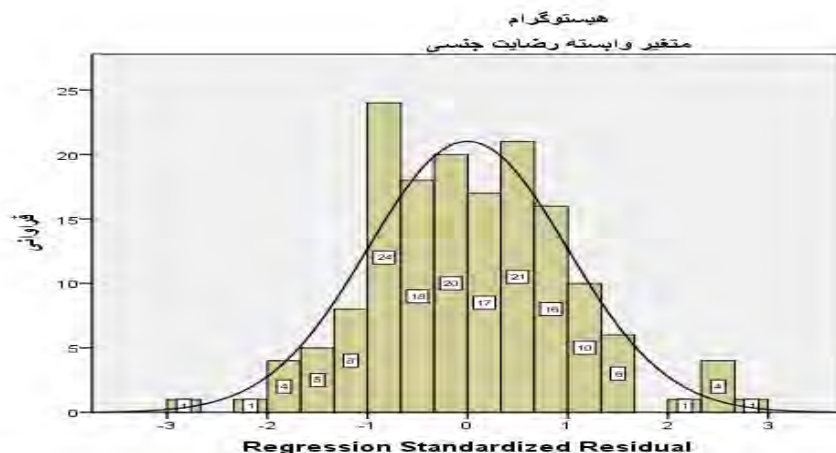
جدول ۷: متغیر مستقل (تنظیم هیجانی) وارد شده در معادله رگرسیون برای پیش بینی رضایت

جنسی پاسخگویان دانشجو

متغیر	R	R^2	F	$sigF$	Beta	t	sig
تنظیم هیجانی	۰/۱۸۱	۰/۰۳۳	۵/۲۷۰	۰/۰۲۳	۰/۲۱۰	-۲/۲۴۵	۰/۰۲۶

مقدار R شدت همبستگی بین متغیر تنظیم هیجانی را با رضایت جنسی را نشان می دهد که در جدول بالا ۰/۱۸۱ می باشد. مقدار ضریب رگرسیونی استاندارد شده $Beta$ سهم هر متغیر نسبی هر متغیر مستقل در تبیین تغییرات متغیر وابسته را تعیین می نماید. آماره t حضور هر متغیر مستقل را در مدل نشان می دهد و تاثیر آماری معنی داری متغیر وابسته (تنظیم هیجانی) بر متغیر وابسته را مشخص می کند و هرچه قدر مطلق مقدار این آماره برای متغیری بزرگتر از عدد ۲/۳۳ باشد و سطح خطای آن کوچکتر از ۰/۰۵ بوده و متغیر مورد نظر تاثیر آماری معنی داری در تبیین تغییرات متغیر وابسته داشته است. با توجه به مقدار $sigF$ چون ۰/۰۲۳ از ۰/۰۵ کوچکتر است، نتیجه می گیریم مدل به کاررفته پیش بینی کننده خوبی برای متغیر وابسته (رضایت جنسی) است.

در نتیجه با توجه به آزمون های رگرسیونی انجام شده عواطف خودآگاه و تنظیم هیجانی می توانند رضایت جنسی را پیش بینی کنند و سوال پژوهشی اصلی تایید می گردد.



نمودار هیستوگرام فوق باقی مانده استاندارد شده اختلاف بین مشاهده و مقادیر پیش گوی متغیر وابسته (رضایت جنسی) را نشان می دهد شکل هیستوگرام تقریباً باید از شکل منحنی نرمال تبعیت کند.

بحث و نتیجه گیری

هدف از پژوهش حاضر پیش بینی رضایت جنسی براساس عواطف خودآگاه و تنظیم هیجانی در زوجین دانشجوی شیراز بود. نتایج با توجه به سؤال اصلی پژوهش مبنی بر اینکه «آیا عواطف خودآگاه و تنظیم هیجانی می توانند رضایت جنسی را در زوجین دانشجوی پیش بینی کنند؟» نشان داد که عواطف خودآگاه و تنظیم هیجانی رضایت جنسی را پیش بینی می کند و رابطه معناداری دیده شد ، پس این دو عامل پیش بینی کننده خوبی برای رضایت جنسی هستند که همسو با یو و همکاران و بشارت و همکاران بود. عوامل مهمی در رضایت جنسی دخالت دارند که یکی از این عوامل می توان به عواطف خودآگاه اشاره کرد، عواطف خودآگاه یک دسته ی خاص از احساسات است و به افراد کمک می کند که با موفقیت در محیط اجتماعی حرکت کنند (Tangney et al, 2002). حال با توجه به این عامل مهم به سؤال پژوهش مبنی بر اینکه آیا عواطف خودآگاه می تواند رضایت جنسی را در زوجین دانشجوی پیش بینی کند؟ جواب می دهیم. نتایج به دست آمده در این پژوهش نشان داد که رابطه معنی داری بین این دو حاکم است یعنی عواطف خودآگاه پیش بینی کننده خوبی برای رضایت جنسی بود که همسو با پژوهش برمن و همکاران و عبدالهی و همکاران بود.

هیجان نقش مهمی در جنبه های مختلف زندگی نظیر رابطه جنسی ایفا می کند. اصولاً هیجان را می توان واکنش های زیست شناختی به موقعیتهایی دانست که آنرا یک فرصت مهم یا چالش برانگیز ارزیابی می کنیم و این واکنش های زیستی با پاسخی که به آن رویدادهای محیطی می دهیم، همراه می شوند. هر چند هیجانها مبنای زیستی دارند، اما افراد قادرند بر شیوه هایی که این هیجانها را ابراز می کنند، اثر بگذارند این توانایی که نظم جویی هیجان نامیده می شود، فرایندهای درونی و بیرونی است که مسئولیت کنترل، ارزیابی و تغییر واکنشهای عاطفی فرد را در مسیر تحقق یافتن اهداف بر عهده دارد (Salehi et al, 2011). حال با توجه به این عامل به سؤال پژوهشی «آیا تنظیم هیجان می تواند

رابطه جنسی در زوجین دانشجو را پیش بینی کند؟» باید گفت که تنظیم هیجانی عامل پیش بینی کننده رضایت جنسی است و رابطه معناداری بین این دو دیده شد و این پژوهش همسو است با پژوهش یعقوبی، امیدی فر و همکاران و عزیزی بروجنی و همکاران بود.

پیشنهادات

با توجه به اینکه این پژوهش در شهر شیراز صورت گرفته و با در نظر گرفتن اینکه عوامل زیادی از جمله این دو عامل که پژوهش بر روی آنها انجام شد در رضایت جنسی مؤثر هستند پیشنهاد می شود این پژوهش در سایر شهرهای کشور توسط پژوهشگران انجام شود و نتایج آن با پژوهش حاضر مقایسه گردد.

این پژوهش در افراد تحصیل کرده انجام شد برای تعمیم بهتر و بیشتر این پژوهش در افراد بدون تحصیلات دانشگاهی انجام شود.

در پژوهش های دیگر به بررسی عوامل دیگر در رضایت جنسی پرداخته شود.

از دیگر روشهای اندازه گیری نظیر مصاحبه و مشاهده نیز استفاده شود.

از نتایج این پژوهش مشاوران می توانند در مشاوره های خود در جهت رضایت جنسی و در نهایت رضایت زناشویی مدد گیرند.

و اینکه از راه مطالعه، زوجین به عوامل مؤثر در رضایت جنسی پی ببرند و باعث شود زن و مرد درک بهتری از هم داشته باشند.

ضرورت آموزشهای خصوصی و عمومی زوجین در درک عوامل تأثیر گذار در رضایت جنسی. برگزاری کارگاههای آموزشی در زمینه عوامل تأثیر گذار در رضایت جنسی.

منابع

امیدی فر، حنانه، پورابراهیم، تقی، خوش کنش، ابوالقاسم و مرادی، ایوب. ۱۳۹۵. **رابطه بین خودتنظیمی هیجانی با دزدگی و صمیمیت زناشویی در میان زوجین یکی و هردو شاغل**. فصلنامه شغلی و سازمانی، ۳(۲). ۴۵-۵۳.

بشارت، محمدعلی، رفیعزاده، بهار ۱۳۹۵. **پیش بینی سطوح رضایت جنسی و سازگاری زناشویی بر اساس متغیرهای شغلی، تعهد، صمیمیت و دانش و نگرش جنسی**، فصلنامه روانشناسی خانواده و نشریه انجمن علمی روانشناسی خانواده ایران، دوره ۳، شماره ۱.

جهانفر، شایسته، مولایی نژاد، میترا، **در سنامه اختلالات جنسی**، ۱۳۸۰.

زارعی، اقبال، نجات پوریان، سمانه وحیدری، حسین. ۱۳۹۳. مدل رابطه سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی با میانجی گری سبک های اسنادی، صفات پنج عاملی شخصیت در مردان و زنان متأهل شهرستان نور. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد هرمزگان.

شاه سیاه، مرضیه، بهرامی، فاطمه، سیامک، محبی. (۱۳۸۸). بررسی رابطه رضایت جنسی و تعهد زناشویی زوجین شهرستان شهرضا. اصول بهداشت روانی، ۱۱(۳). ۲۳۸-۲۳۳.

طلایی زاده، فخری و بختیارپور، سعید. (۱۳۹۵). رابطه رضایت زناشویی و رضایت جنسی سلامت روان زوجین، مجله اندیشه و رفتار، ۱۰(۴۰)، ص ۳۷-۴۷.

عبداللهی، نیره، جزینی، شادی، امان الهی، عباس، اصلانی، خالد ۱۳۹۶، بررسی رابطه بین بدکارکردی جنسی و عواطف خود آگاه، فصلنامه علمی- پژوهشی اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی، دوره ۱۱، شماره ۴۳.

عزیزی بروجنی، ابوالفضل؛ غضنفری، احمد و شریفی، طیه. ۱۳۹۵. مقایسه تنظیم هیجانی و رضایت زناشویی زوجین بارور و نابارور اصفهان، دومین کنگره بین المللی توانمندسازی جامعه در حوزه مشاوره، خانواده و تعلیم و تربیت اسلامی، تهران، مرکز توانمندسازی مهارتهای فرهنگی و اجتماعی جامعه.

مزلو، ابراهام. ۱۹۸۶. روانشناسی شخصیت. (ترجمه شیوا رویگریان، ۱۳۶۷). تهران: انتشارات گلشایی.

منصور، محمود، و دادستان، پریرخ. ۱۳۷۸. روانشناسی ژنتیک از روان تحلیلگری تا رفتار شناسی. تهران: انتشارات رض.

نائینیان، محمدرضا، و نیک آذین، امیر. ۱۳۹۱. رابطه صمیمیت و رضایت جنسی با سلامت عمومی و بهزیستی شخصی: بررسی تفاوت های جنسیتی و سنی. ماهنامه تحقیقات علوم رفتاری، ۲۸، ص ۷۳۵.

هنرپروران، نازنین. ۱۳۸۵. بررسی ارتباط عوامل روانشناختی و خانوادگی در رضایتمندی جنسی زنان متأهل شیراز. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید بهشتی.



یعقوبی، زهرا . ۱۳۹۶. بررسی رابطه تنظیم هیجانی و تعهد در زندگی زناشویی با عملکرد جنسی زوجین مراجعه کننده به مرکز اورژانس اجتماعی شهر کرمانشاه، سومین کنفرانس بین المللی روانشناسی جامعه شناسی علوم تربیتی و مطالعات اجتماعی. (۲)۷. ص ۲۱-۱۱.

Eckert ,R.M.(2017). **Intimacy,libido ,depressive symptoms and marital satisfaction in postpartumcouples.** *Doctoral Nursing Practice Dissertation* ,Drexel university.

Garnefski, N., Baan, S, & Kraaij, V. (2003). **Relationship between cognitivestart gies of adolescents and depressive symptomatology across type of life evdnt.** *Journal of youth and Adolescen*, 32: 401-408.

Garnefski, N., Kraaij, V., Spinhoven, Ph. (2001). **Negative life events,cognitive emotion regulation and depression.** *Personality and Individual Differences*, 30:(4) 1311-1327.

Garnefski, N., Rieffe, C., Jellesman, F., Terwogt, M. m., Kraaig, V. (2007). **Cognitive emotion regulation strategies and emotional problems in9-11-yearold children.** *Europen Child Adolescent Psychiatry*, 16: 1-9.

Gratz, K.L. & Roemer, E.(2004). **Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale.** *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 62: (1), pp. 11-41.

Gross, J. J., & Munoz, R. F., (1995). **Emotion regulation and mentalhealth.** *Clinical Psychology: Science and Practice*, (2): 151-146.

Gross, J.J. (1999). **Emotion regulation: Past, present, future.** *Journal of Cognitive and emotion*; 13 (5): 551-573.

Gross,J.J.,and Butler ,E.A.(2003) .**Emotion regulation in romantic relationships:the cognitive consequences of concealing feelings.** *Sage Journals Online* .university of Washington.

Hoffman, M. L. (1982). *Development of prosocial behavior*. New York: Academic press.

Hyde. J. (1998). **Understanding human sexuality**. *Developmental Review*, (25), pp 26-63.

Lopes,P.N.,Salovey,P.(2003). **Emotion regulation abilities and the quality of social interaction** .*American Psychological Association* ,5,1528_3542.

Mills, R. (2005). **Taking stock on the development literature on shame**. *Developmental Review*, No, 25, pp 26-63.

Offman A, Mattheson K. (2005) **Sexual comp atibility and sexual functioning in intimate relationships**. *The Canadian Journal of Human Sexuality*.;14(1-2):31-9.

Pourheydari S, Bagherian F, Doustkam M, Bahadorkhan J.(2013). **The effects of life skills training on marital and sexual satisfaction of young couples**. *Knowledge & Research in Applied Psychology*.;14(1):14-22 (Persian).

Salehi A, Baghban I, Bahrami F, Ahmadi A.(2011). **Relationship between cognitive emotional regulation strategies and emotional problems with attention to individual and familial factors**. *Journal of Famel Counsel Psychother*.;1(1):1-18.

Sanaeizaker, B., alagheband, S., Falahati, S., Houman, A. (2007). **Scales of Measurement Family and Marriage**. Tehran, Besat publishing house.

TalaiZadeh. F., & Bakhtiyarpour, S. (2016). **The relationship between marital satisfaction and sexualsatisfaction with couple mental health**. *Journal of Thought & Behavior in Clinical Psychology*, 9(40),37-46 (Persian).

Tangney, J. P. & Dearing, R. L. (2002). *Shame and guilt*. New York: Guilfordpress.

Tangney, J. P. & Dearing, R. L. (2002). *Shame and guilt*. New York & London: The Guilford Press.



- Tangney, J. P.(1990). "Assessing individual differences in proneness to shame and **guilt: development of the self-conscious affect and attribution inventory**" *Journal of Personality and Social psychology*, 61, 598-607.
- Tangney, J. P., Dearing, R. L., Wagner, P. E., & Gramzow, R. (2000). *The Test of Self-Conscious Affect-3*. Fairfax, VA: George Mason University.
- Tangney, J. P. & Dearing, R. L. (2002). Shame and Guilt. New York & London: *The Guilford Press*.
- Weems CF, Pina AA. (2010). **The assessment of emotion regulation: improving construct validity in research psychopathology in youth- An Introduction to the Special Section.** *Psychopathol Behavior Assessment.*;32(1):1-7.
- Yoo, H., Bartle-Haring, S., Day, R.D., & Gangamma, R. (2014). **Couple communication, emotional and sexual intimacy, and relationship satisfaction.** *Journal Sex Marital Ther*, 40(4), 275-93 .
- Ziyayi, P., Sepehri Shamlou, Z., & Mashhadi, A. (2013). **The relationship between activating cognitiveschemas, negative automatic thoughts and sexual arousal in married female college.** *Journal of Thought & Behavior in Clinical Psychology*, 8(28), 17-26 (Persian).
- Zou,Z&Wang,D. (2009). Guilt versus shame: **distinguishing the two emotions from Chinese perspective.** *Journal of social behavior and personality*, 37, 601-604.